

每到春天“涕”两行

还没入春,小陈的鼻子就敏锐地嗅到了春天的气息。白天是打不完的喷嚏,晚上是擤不尽的鼻涕,最难受时,喉咙、眼睛跟着一起痒。经医生诊断,他才知道患的是过敏性鼻炎。

无独有偶。市民王女士一年四季都“感冒”,吃了感冒药后,流涕症状缓解,可停药后,症状又卷土重来。到太和医院耳鼻喉头颈外科检查,医生发现她双侧下鼻甲颜色苍白,鼻腔内有大量清鼻涕,同时行皮肤点刺测得螨虫过敏强阳性。

在太和医院耳鼻喉头颈外科,一年四季都有过敏性鼻炎患者就诊,春秋两季就诊者更多。

“刚过完年,科室来就诊的过敏性鼻炎患者就明显增多。”太和医院耳鼻喉头颈外科主任余滋中介绍,春季万物复苏,各种植物花粉漫天飞舞,早晚温差大,极易引发过敏性鼻炎。去年的数据显示,3月至5月份,科室门诊接诊的过敏性鼻炎患者比平时增长了30%。

每到春季,过敏性鼻炎都是备受市民关注的话题,在秦楚论坛上,每年都有相关的话题讨论。

事实上,我国也确实是过敏性鼻炎大国,患者数高达2.4亿。数据显示,我国的过敏性鼻炎平均发病率为10%至15%,高于全球平均水平。

太和医院耳鼻喉头颈外科教授李国义介绍,近十年来,太和医院耳鼻喉头颈外科门诊就诊人数为80万余人次,其中,12万余人次以过敏性鼻炎就诊,并有4.8万余人经规范的点刺或IgE检查,确诊为过敏性鼻炎,发病率呈逐年递增态势。

过敏性鼻炎可诱发哮喘

过敏性鼻炎是发生在鼻腔黏膜的变态反应性疾病,是一种常见疾病,一般患者会出现鼻痒、连续性喷嚏、流清鼻涕、鼻塞等症状。其发病与遗传因素、个人体质、生活和工作环境有关。

余滋中介绍,过敏性鼻炎早期症状与感冒相似,有所不同的是,感冒会随着时间推移呈现病情加重至缓解的过程,而过敏性鼻炎的症状相对平缓持久,且不存在乏力、发烧、肌肉酸痛、食欲不振等并发症,一般症状持续一周无缓解要考虑为过敏性鼻炎。

李国义表示,过敏性鼻炎分为季节性和常年性,顾名思义,季节性是指春秋两季多发,而常年性则是一年四季都有。

在十堰地区,春季3至5月份,致敏花粉主要为柳树、杨树、桦树、桉树等树木类花粉,而夏秋季8至10月份,致敏花粉主要是蒿属类、葎草及豚草等草木类花粉。

李国义指出,过敏性鼻炎不会导致休克发生,但其最大的危害是发展至过敏性哮喘,而哮喘发作可引发窒息危险。同时,过敏性鼻炎反复发作,会影响患者的日常工作生活及睡眠等,除哮喘外,还可以引起过敏性结膜炎、鼻窦炎、分泌性中耳炎、睡眠呼吸紊乱综合征等疾病。

目前,过敏性鼻炎并不能根治,但通过药物、脱敏或手术治疗,可以减轻甚至控制症状,延缓下呼吸道及其他过敏性疾病的发生。其中,药物治疗、脱敏治疗是抑制过敏性鼻炎的主要手段,包括糖皮质激素、抗组胺药物、疫苗等。



春季过敏性鼻炎多发 怎么避免『涕』两行?

此起彼伏的喷嚏、彻夜不通的鼻塞、怎么都不够用的抽纸……又到春暖花开季,对许多人来说,和春天一起到来的不只是百花,还有恼人的鼻炎。为何过敏性鼻炎频频来袭,如何治疗和预防过敏性鼻炎?记者对此展开调查。

■记者 曾雨

脱敏治疗是首选方案

过敏性鼻炎是一种顽疾,市民张先生说,他的亲戚这些年断断续续花了6万多元没有根治,可见此病病程之长。

数据显示,在太和医院耳鼻喉头颈外科确诊的4.8万余名过敏性鼻炎患者中,有9800余人接受了脱敏治疗。“从数据上来看,接受脱敏治疗的患者占比不高。”李国义介绍,其实脱敏治疗是目前唯一对因首选治疗方案,脱敏治疗3年后大部分患者症状缓解,甚至部分临床痊愈;部分患者仅属季节性过敏性鼻炎,给予药物等对症治疗度过过敏季节后,症状就缓解了,不需要脱敏治疗;同时,针对季节性过敏性鼻炎,目前还没有成熟的疫苗使用。

目前,脱敏治疗主要针对的是常年性过敏性鼻炎。而十堰乃至鄂西北地区,常年性过敏性鼻炎以螨虫过敏为主。

李国义表示,脱敏治疗的周期通常为3至7年,包括皮下注射和舌下含服两种方式。其中,皮下注射前三个月每周一次,后期根据情况周期延长。舌下含服是将滴剂滴到舌头下面,通过舌下静脉吸收,患者需每天坚持,否则效果大打折扣。目前,十堰地区脱敏治疗患者以舌下含服治疗为主,因为操作简单、便捷、更安全。

如何有效防治过敏性鼻炎?李国义建议,首先要避免接触过敏原,比如花粉、柳絮、杨絮等,过敏患者出门要佩戴口罩,这样可以减少接触过敏原。季节性过敏性鼻炎患者可以在过敏季到来前半个月,在医生指导下预防性用药。正在接受脱敏治疗的患者,不要随意停止用药。

同时提醒,若常年反复“感冒”或者每年某一季节必“感冒”,可能和过敏性鼻炎有关,建议看专科医生,以期得到规范的诊治,切勿长期自行服用药物。

小妙招

治过敏性鼻炎 网友为你支招

市民雷先生介绍,他们夫妻都有过敏性鼻炎,深受其苦,听同事说用淡盐水冲洗鼻腔有效,试过之后,发现此方法果真管用。如果身边没有治疗过敏性鼻炎的药物,此时过敏性鼻炎症状加重,那么如何控制呢?对此,网友也纷纷支招,方法如下:

淡盐水冲洗鼻腔

用淡盐水每日冲洗鼻腔6-8次,有利于将过敏物及时排出体外,减轻鼻黏膜充血、水肿等过敏反应。方法为:患者坐位或站位,将头后仰,把4-5毫升淡盐水用小眼药水瓶挤入鼻腔,张口呼吸,保持10秒钟左右,低下头来,让盐水自然流出,再将鼻中的剩余盐水擤出。

水蒸气熏鼻

将烧开水倒入直径15厘米左右的容器,趁热放在鼻子下面,鼻子用力吸水蒸气15至20分钟,每天做三次,一般两个月内可见效。过程中要小心烫伤。

蒜醋疗法

将蒜瓣去皮装入坛中,加入食醋浸泡后密封。一个月后启封,每晚食几瓣蒜,并将醋倒入小口瓶中,对准鼻孔熏半小时,治疗过敏性鼻炎有疗效。